11 PASSOS PARA
HIPNOTIZAR
QUALQUER PESSOA
by Pyong Lee

안녕하세요 Pyongers! Como estão vocês?

Bem vindos ao meu livro de hipnose. Este vai ser um guia completamente diferente de tudo que vocês conhecem. Nada de enrolação ou histórias motivacionais (este eu deixo para escrever em outro momento). Será hipnose na prática para você hipnotizar qualquer pessoa, em qualquer hora e lugar. Se você chegou até aqui é porque, provavelmente, assistiu algum vídeo meu hipnotizando celebridades da televisão, internet, ou até mesmo pessoas aleatórias na rua. Caso não tenha visto, termine de ler esse ebook e corra para o YouTube. Lá você pode procurar por "Pyong Lee" e assistir como a hipnose é usada de forma fácil, rápida e direta. Além de se surpreender com o poder da nossa mente, você vai dar muita risada. Já hipnotizei o Celso Portiolli, Fábio Porchat, Anitta, Otávio Mesquita, Eliana, Larissa Manoela, Christian Figueiredo, Lucas Lira, Kéfera, Luan Santana, Whindersson Nunes e muitas outras celebridades.

Atualmente, além de ator, youtuber, mágico, bacharel em direito e corretor de imóveis, sou hipnólogo, hipnotista e hipnoterapeuta. Tenho o maior canal de hipnose do mundo que já está com milhões de inscritos.

Existem diversos tipos de aplicações da hipnose. O que vocês assistem geralmente são vídeos divertidos de hipnose para entretenimento, mas a maior contribuição desta ferramenta incrível é a hipnoterapia. Falaremos disso em outro momento.

Pode parecer que eu levo a hipnose como uma brincadeira, mas para você entender a seriedade do assunto, vou compartilhar o caso de uma menina que foi salva pela hipnoterapia.

Ela sofria de depressão há sete anos e vinha tratando o problema com psicólogos, psiquiatras, tomando remédios e tentando todos os tipos de tratamentos possíveis. Após tantos anos, começaram as tentativas de suicídio.

Certo dia, o marido dela, assistiu um vídeo meu falando sobre hipnoterapia e mostrou a ela. No depoimento ela diz que viu um raio de esperança depois de ouvir minhas explicações. Foi lá procurar um dos terapeutas que eu indico e fez o tratamento. Em uma sessão ela foi transformada, saiu totalmente diferente do que era, com outra visão sobre o mundo e uma vida nova. Eu nunca vou esquecer as palavras que ela disse no depoimento, onde afirma que se não fosse um vídeo meu informando sobre o poder da hipnose, ela não estaria viva para gravar o vídeo que enviou pra mim.

Eu só quis compartilhar este caso específico, porque eu quero que vocês entendam a seriedade e o potencial da hipnose. Eu sou apaixonado por essa área e fiz dela a minha vida. Neste momento que você está lendo este livro, eu já fiz provavelmente meu décimo curso internacional de hipnose.

Desde que eu comecei a estudar hipnose, tenho investido meu tempo e dedicação nos melhores cursos do mundo, para crescer cada vez mais e trazer conteúdo relevante para meus inscritos. Um conteúdo que pode mudar a vida das pessoas, ou até mesmo salvá-las do fundo do poço.

Depois de muita prática no último ano, desenvolvi um novo protocolo de hipnose que ensino nos meus cursos. Conversei sobre minhas novas descobertas com um dos hipnotistas mais famosos do mundo, Sean Michael Andrews, e ele me disse que é algo revolucionário. Ninguém no mundo ensina o que eu ensino, nem desenvolveu as técnicas que desenvolvi.

Nesse ebook, quero compartilhar com vocês o conhecimento que adquiri nestes últimos anos. Você vai aprender o passo a passo que eu uso para hipnotizar qualquer pessoa, em qualquer situação. Aqui você aprende exatamente o que eu faço antes de gravar meus vídeos, a parte que eu não mostro e que faz toda essa “mágica” da mente acontecer.

SUMARIO

1 CONHECENDO A HIPNOSE

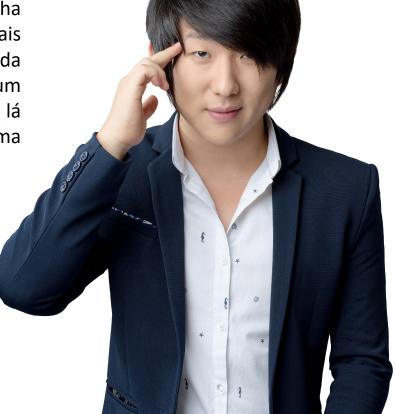
CONHECENDO A HIPNOSE

Em 2015 eu fui convidado para ser embaixador do filme "Truque de mestre", que inclusive é um dos meus filmes preferidos por envolver mágica e hipnose. Como na época eu não sabia fazer hipnose e apenas tinha lido alguns livros sobre, convidei um amigo que já trabalhava com isso para fazer parte do vídeo. Quando eu vi o trabalho que ele fez na rua, fiquei fascinado com essa ferramenta incrível que é a hipnose.

Eu tinha o mesmo preconceito que qualquer outra pessoa em relação a hipnose, mesmo tendo lido sobre. As pessoas são céticas e têm medo do desconhecido, e isso é absolutamente normal.

Pedi para o meu amigo Rafael Baltresca me ensinar no mesmo dia, e assim começou minha história com a hipnose na prática. Meses depois eu fiz parte da primeira turma de hipnose dele e aprendi de forma rápida, ética, e elegante. Tive sorte de ter um primeiro professor profissional e ético.

O primeiro curso que fiz com ele foi focado em hipnose de entretenimento, que é a parte que vocês assistem nos meus vídeos. Entretanto, no final do último dia de aula, ele disse que faria uma terapia ao vivo. Eu pensei: "que terapia?". Todos os alunos ficaram curiosos para ver.

Durante a sessão de hipnoterapia, lágrimas escorreram dos meus olhos, porque uma chave girou na minha cabeça: a hipnose é muito mais poderosa do que imaginei. No meio da sessão descobrimos as causas de um problema que nosso colega tinha e lá mesmo o Baltresca tratou ele, de forma rápida e eficaz.

Decidi procurar o curso de hipnoterapia e assim conheci a OMNI, o maior instituto de hipnose do mundo atualmente. Lá, eu fiz diversos cursos internacionais e me formei como hipnoterapeuta. Em seguida, fui aprendendo cada vez mais e até hoje invisto em conhecimento.

Assim que me formei com o Rafael, coloquei em prática durante as semanas seguintes e peguei bastante facilidade na hipnose.. Gravei meus primeiros vídeos com convidados e estes acabaram viralizando no youtube. Foi justamente no mês que postei vídeo todos os dias, abril e maio. Junto com a hipnose e vídeos diários, eu tive o maior crescimento do Brasil, ganhando quase 800 mil inscritos novos em apenas um mês. Foi uma reviravolta na minha vida e carreira.

Para entender melhor sobre a hipnose, vou falar um pouco sobre os mestres que difundiram esta incrível ferramenta pelo mundo:

*Imagem retirada da internet

DAVE ELMAN

(1900 – 1967)

Um dos maiores hipnotistas que já existiu. Em sua adolescência, iniciou sua vida na hipnose e palco e ao longo dos anos foi desenvolvendo suas habilidades. Suas teorias foram sendo comprovadas durante esse processo. Em seguida, começou a aplicar cursos para pessoas na área da saúde repassando seu conhecimento de forma simplificada. Para Elman, sua técnicas eram válidas somente quando seus alunos conseguissem replicar em uma quantia considerável e constante. Publicou sua principal obra "Hypnotherapy", uma das maiores fontes sobre a hipnose clássica abrangendo todo o conhecimento adquirido por Dave Elman.

MILTON ERICKSON

(1901 – 1980)

Outro grande hipnotista que deixou sua marca no mundo da hipnose. Nascido em uma família de fazendeiros, foi criado neste meio rural durante toda a sua adolescência. Contraiu Poliomielite aos 17 anos ficando incapacitado de realizar qualquer movimento além de falar e movimentar os olhos durante uns anos, mas conseguiu recuperar alguns movimentos com o tempo. Erickson se interessou pela hipnose principalmente para o controle e manejo de dor crônica, desenvolvendo diversas técnicas para o seu próprio tratamento. Tornou-se Bacharel e Mestre em Psicologia. Erickson seguiu algumas ideias sobre o inconsciente descritos por Freud, porém acabou se distanciando e reformulando conceitos e criando seu próprio modelo de realizar psicoterapia utilizando o que muitos hoje chamam de hipnose indireta ou conversacional.

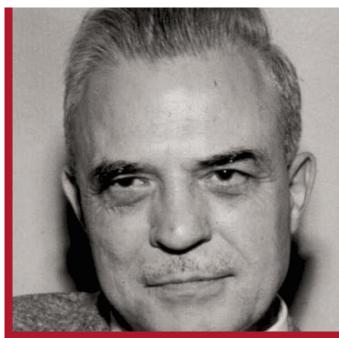



*Imagem retirada da internet

GERALD KEIN

(1939 - 2017)

O último discípulo de Dave Elman. Criador de um dos mais renomados institutos de treinamento em hipnose no mundo, OMNI Hypnosis Training Center. Aprimorou o conhecimento deixado por Dave Elman e ensinou seus alunos e grandes nomes da hipnose a atingirem resultados extraordinários em poucas horas de terapia. Gerald Kein pode ser considerado o maior hipnotista do mundo até o momento.

Além dos nomes citados, existem diversos outros grandes nomes, mas isso fica mais pra frente. Os principais vocês acabaram de conhecer.

Tudo que eu vou escrever aqui é um resumo de tudo que eu aprendi com estes grandes mestres da hipnose.

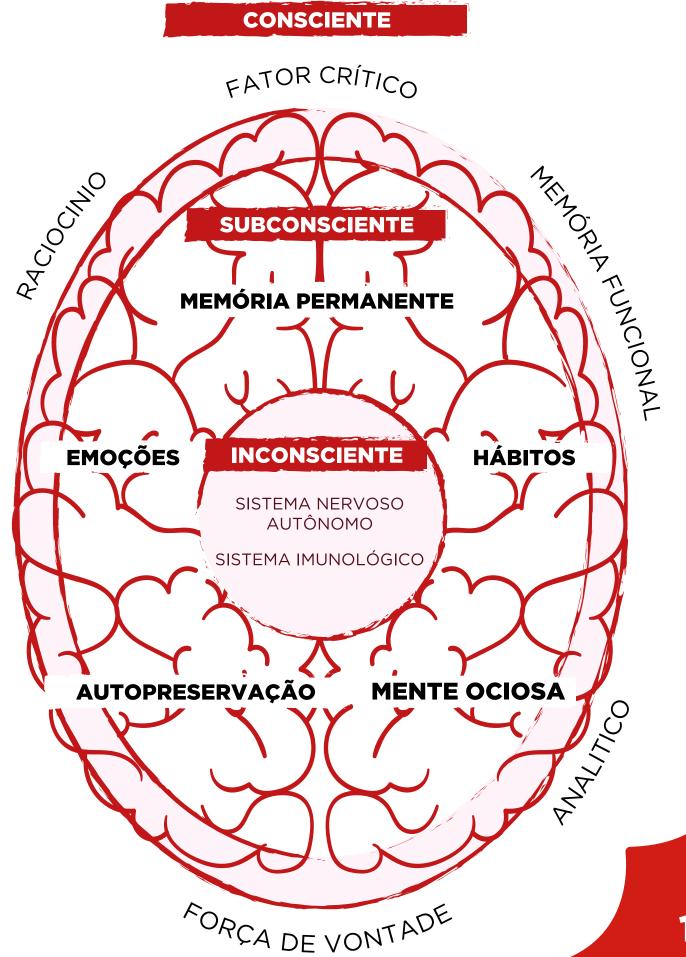
Hoje nós falamos que existem duas formas de hipnose, a **direta** e a **indireta**.

Na hipnose direta, ou clássica, são dadas instruções claras para a pessoa entrar em um outro estado de concentração, onde é usado o processo de indução que eu não mostro nos meus vídeos. Depois da indução eu sugiro diretamente qual efeito ou experiência a pessoa vai passar, e neste momento, geralmente, a pessoa fica de olhos fechados, com o corpo relaxado. É a hipnose como vocês assistem nos meus vídeos.

A hipnose indireta, geralmente é conhecida como conversacional. É uma forma de hipnose que não se usa as palavras que mencionamos na hipnose tradicional, como “durma”, “relaxe”, “mais profundo”. Essa área é bem ampla, pois qualquer tipo de convencimento ou alteração de estado em outra pessoa pode ser considerado uma hipnose indireta.

2 COMO A MENTE FUNCIONA

COMO A MENTE FUNCIONA

Segundo Gerald Kein

A mente **CONSCIENTE** é onde passamos a maior parte do tempo e ela faz somente quatro coisas:

1. *Racionaliza*
2. *Analisa*
3. *Memória funcional*
4. *Força de vontade*

A primeira função é a **RACIONAL**. Se não temos uma razão para as coisas que fazemos em nosso dia-a-dia, ficamos ansiosos, estressados, doentes, pois a mente precisa de uma explicação para nossas ações.

Vou dar um exemplo para ficar mais claro. Quando uma pessoa fuma, ela cria uma **RAZÃO** no seu consciente e diz:

- *Eu fumo porque eu relaxo, eu me sinto muito bem...*

Bom, isso é o que a mente racional fala para ela. Outro exemplo é alguém que está acima do peso justificando:

- *Eu como porque eu fico ansioso, ou eu fico ansioso e acabo comendo.*

Ou seja, essa é a parte da mente racional te dando motivos do porque você faz isso.

Todas estas razões que as pessoas dizem sobre os problemas e vícios delas, são mentiras contadas pela mente consciente, pois a verdadeira razão e a causa de tudo isso está mais fundo na mente **SUBCONSCIENTE**.

A mente **ANALÍTICA** é a parte que analisa as situações do dia-a-dia, se eu devo ou não fazer algo. Exemplo:

EU ABRO A PORTA OU NÃO?

EU PRECISO AMARRAR O SAPATO OU NÃO?

EU VOU PARA O SHOPPING OU PARA A ACADEMIA?

A MEMÓRIA FUNCIONAL é aquela que você utiliza no dia-a-dia. Por exemplo: o nome do seu pai, da sua mãe, o endereço onde você mora, o endereço do trabalho, rg, cpf, entre muitas outras informações.

A última função é a **FORÇA DE VONTADE**. Ela é como se fosse a bateria do seu celular, que tem uma certa carga que vai acabando durante dia. Portanto, a **FORÇA DE VONTADE** não é suficiente para causar grandes mudanças em nossas vidas, mesmo sabendo que esta pode trazer grandes benefícios.

POR EXEMPLO, ALGUÉM DIZ QUE VAI PARAR DE FUMAR DEPOIS DE 20 ANOS. ELE JOGA TODOS OS CIGARROS FORA, PARA SOMENTE POR UM OU DOIS DIAS, E VOLTA A FUMAR.

A mesma coisa acontece com as pessoas que decidem fazer dieta ou ir para a academia. Quantas vezes você não prometeu que no ano novo você mudaria algo? Ou que iria fazer exercícios na academia?

Força de vontade não é suficiente para trazer grandes mudanças na vida.

Mas aí, você me pergunta:

Pyong, onde e como acontece a mudança real na minha vida?

E a resposta é: acessando o **SUBCONSIENTE**, pois esta é a parte mais importante para nós na hipnose.

O que temos no **SUBCONSCIENTE**?

1. **MEMÓRIA DE LONGO PRAZO**
2. **EMOÇÕES**
3. **HÁBITOS**
4. **AUTOPRESERVAÇÃO**
5. **MENTE OCIOSA**

No subconsciente temos toda a nossa programação. É como se fosse o software do ser humano. É nessa parte que temos o nosso verdadeiro EU.

É nessa área da mente que conseguimos acessar as memórias permanentes ou de longo prazo. Nossa mente guarda todas as memórias desde que se forma um cérebro dentro da barriga de nossas mães. Ela capta tudo como uma câmera, mas que é muito

mais avançada, pois guarda experiências de todos os sentidos. Cheiros, gostos, dores, prazeres, momentos, cenas e muitas outras coisas estão lá dentro de forma permanente. Nenhuma memória se perde ou é apagada e podemos acessar qualquer uma delas quando necessário.

Por isso, quando vocês assistem alguns dos meus vídeos, consigo fazer a pessoa sentir um cheiro diferente, comer algo sentindo sabores diferentes e outras experiências incríveis.

As emoções também estão na mente subconsciente. De lá que vêm os sentimentos como alegria, tristeza, nojo, paixão, raiva e etc. Nos vídeos eu também mostro como explorar e trazer sentimentos a tona.

Os hábitos e vícios estão dentro dessa mente. Podem ser hábitos bons, ruins, ou simplesmente funcionais. Os bons hábitos são do tipo se alimentar bem, fazer exercícios, estudar muito, entre outras coisas. Agora os ruins são algo que atrapalham nossas vidas. Vícios de cigarro, bebida, drogas, roer unhas, arrancar cabelos, entre outras coisas. Os funcionais são aqueles que você desenvolve para poupar energia. Por exemplo, dirigir é algo difícil quando aprendemos no início, mas depois de prática, a gente nem pensa mais nas ações, se precisa pisar na embreagem, mudar marcha etc. Simplesmente vira algo automático se tornando um hábito funcional.

Agora, a próxima função da mente subconsciente, e provavelmente a parte mais importante, é a nossa **AUTOPRESERVAÇÃO**. Essa função nos protege dos perigos reais ou imaginários. Algo criado pela mente subconsciente é como se fosse real, não é possível distinguir. Então, ela nos protege de qualquer perigo, seja ele real ou imaginário.

Alguém tem fobia porque lá dentro do subconsciente, existe uma experiência negativa em relação a esse medo gigantesco. Quando vemos

alguém com fobia de gato, sabemos que é por algum acontecimento passado e que está guardado lá no fundo do subconsciente, mesmo que a pessoa não se lembre.

Uma pessoa que tem fobia social teve diversos problemas no passado em relação às pessoas. Existem diversas causas acumuladas dentro do subconsciente. Mesmo a mente consciente sabendo que as pessoas não fazem mal, o subconsciente pensa o contrário. Já que algumas pessoas me causaram problemas e sentimentos ruins, é melhor ficar longe dos seres humanos. É assim que a autopreservação funciona. Ela nem sempre nos protege da forma que queremos.

A última parte da mente subconsciente é uma parte negativa nossa. Embora ela seja tão poderosa, também é a parte mais preguiçosa que temos. Não gosta de fazer o trabalho que é requerido para aceitar sugestões positivas e nos fornecer mudanças em áreas que gostaríamos de mudar. Ela gosta de deixar as coisas do jeito que estão. É necessário muito trabalho para criar uma mudança positiva. Sugestões positivas são uma das coisas mais difíceis de entrar na nossa mente subconsciente. Por outro lado, sugestões negativas entram em nós como uma faca quente entrando na manteiga, porque não é necessário nenhum esforço para aceitar algo negativo.

Vou dar um exemplo de como isso funciona. Imagine você na seguinte situação: está no trabalho ou na faculdade e alguém te diz que você é bonito ou bonita. Você fica levemente feliz, na dúvida, mas recebe o elogio. Agora se alguém vem e te diz: ***"como você é feio (a)"***. Como você se sente? Te afeta muito mais do que um bom elogio, certo?

O subconsciente, basicamente, manda em toda a nossa vida. Se ele está programado para dizer que somos fracassados, seremos fracassados. Se está programado para ser rico, com certeza será. Tudo isso vêm de experiências, ensinamento dos pais, convívio com outras pessoas no dia-a-dia desde que nascemos.

A parte incrível da mente humana e da hipnose, é que podemos reprogramar ela para eliminar hábitos ruins, crenças limitantes, entre outras coisas que atrapalham nossa vida e desenvolvimento.

Tudo que entra na mente subconsciente se torna real. É exatamente o que vocês assistem nos meus vídeos. As sugestões que eu dou aos meus convidados, se tornam verdade absoluta, trazendo uma

experiência ou transformação incrível. Desde o mais simples de esquecer o próprio nome, até enxergar todo mundo pelado em volta.

Então, porque isso não acontece no dia-a-dia quando uma pessoa chega para você e diz:

À partir de agora, você verá todo mundo pelado.

Essa sugestão não acontece, pois existe uma "barreira invisível" para acessar o subconsciente chamada **FATOR CRÍTICO**.

Essa "barreira" julga tudo que é real, falso, bom, ruim, certo ou errado na sua vida. Se não existisse o **FATOR CRÍTICO**, todas as sugestões que as pessoas nos falassem se tornariam realidade.

E o **INCONSCIENTE?**
Não falamos muito sobre essa parte da mente humana, pois na hipnose não acessamos a mente inconsciente diretamente. Ela é a responsável pelo sistema nervoso autônomo e imunológico. Faz toda parte que nos mantém vivos, como nossa digestão, batimentos cardíacos, respiração entre outros.

Pronto, agora entendendo o modelo da mente, você me pergunta, Pyong, agora com suas palavras o que é hipnose?

> Hipnose é um estado natural da mente que acontecer de forma espontânea ou induzida, onde a mente subconsciente fica "acima" do consciente. De uma forma simples, é como se a parte do subconsciente ficasse aberta para aceitar sugestões positivas e de mudanças, atravessando o fator crítico.

3
FATOR
CRÍTICO

FATOR CRÍTICO

O Fator Crítico abrange a parte analítica e racional na mente. Busca assimilar e filtrar tudo que acontece ao seu redor durante a sua vida. Ele é muito importante para tomarmos decisões de forma consciente, encontrar sentido em tudo o que acontece, filtrar as sugestões que recebemos constantemente ao longo do dia, discernir o certo do errado, buscar a lógica nas coisas etc.

Para ilustrar a função do Fator Crítico, imagine que entre o consciente e subconsciente existe uma espécie de guardião. Ele tem a função de te proteger de todas as mensagens enviadas ao seu subconsciente que possam causar mudanças em seu comportamento de acordo com sua personalidade.

Para que a hipnose aconteça, esse guardião precisa ser atravessado, a fim de que a sugestão entre diretamente no subconsciente e se estabeleça uma ideia única e aceitável.

E como podemos atravessar o fator crítico de uma pessoa?

O primeiro passo é ler todo esse ebook, porque nele estou contando exatamente como funciona a mente humana. Você só precisa seguir o passo a passo e automaticamente a pessoa voluntária irá “reduzir” seu FATOR CRÍTICO e estará aberta para a experiência.

4 PRE TALK

PRE-TALK

Aqui é a parte mais importante da hipnose. Você já sabe como funciona o Modelo da Mente e como sua mente tem um potencial incrível. E esse conhecimento que você já tem irá ajudar na realização dessa etapa e fará você hipnotizar qualquer um, assim como faço nos meus vídeos.

O primeiro passo quando estiver com seus amigos ou pessoas que querem passar pela experiência de serem hipnotizadas é começar com uma conversa breve explicando o que é hipnose. **TENHA EXTREMA ATENÇÃO** no que irei passar adiante, porque o pre-talk é responsável por 80% do sucesso da hipnose.

Essa introdução tem como objetivo explicar diretamente para o subconsciente que hipnose é algo seguro, extremamente positivo e que qualquer pessoa tem capacidade de passar pela experiência.

Eu sempre começo explicando que hipnose nada mais é do que **FOCO** e **CONCENTRAÇÃO**, é um estado natural que todas as pessoas do mundo passam ao longo do dia. Mas antes de falar sobre o que é hipnose, você precisa contar **O QUE NÃO É HIPNOSE!**

Normalmente eu uso estes 03 exemplos:

1. Na hipnose a pessoa não está dormindo, e se ela não está dormindo, não existe a possibilidade de não acordar. Eu uso a palavra "DURMA" porque o subconsciente interpreta a sugestão fechando os olhos e relaxando o corpo da pessoa instantâneamente. Porém, ela permanece acordada.

2. Hipnose não tem relação com com religião ou fenômenos sobrenaturais. Então independente de sua crença religiosa, você pode participar do processo por se tratar de algo natural de nossa mente.

3. Hipnose não é controle mental. A pessoa que está em estado hipnótico está ouvindo tudo ao seu redor e consciente do que está acontecendo. Caso a pessoa que está conduzindo o processo de hipnose peça a senha do banco ou peça para a pessoa que está hipnotizada tirar a sua roupa e sair correndo pelado pela rua, ela não fará e muito provavelmente irá desistir de participar.

Essa explicação sobre o que **NÃO** é hipnose é muito importante para que a pessoa não tenha medo ou receio. Quando todas as dúvidas e medos sobre a hipnose são eliminadas, o sujeito fica mais aberto a passar pela experiência incrível de ser hipnotizado.

Agora, nessa segunda etapa do pre-talk, você precisa mostrar para a pessoa voluntária que hipnose acontece o tempo inteiro e é mais comum do que ela imagina.

Sabendo que a hipnose envolve **FOCO** e **CONCENTRAÇÃO**, basta perguntar se ela gosta de assistir filmes ou seriados. Quando você está assistindo a um filme por exemplo, você sabe que todos os atores estão atuando e que nada do que está acontecendo na tela é real. Trata-se de ficção, mas mesmo assim você ri, chora, sente medo ou leva sustos. Esse estado de concentração extrema e vivência do filme se chama **HIPNOSE**. Você fica focado e concentrado na tela e entra em transe. Em nenhum momento seu consciente fica "falando" para você que é tudo uma mentira, que os sentimentos dentro do filme são falsos, que as pessoas não estão tristes de verdade. Isso não acontece. Você simplesmente vive a experiência.

Outro exemplo interessante é quando a pessoa está com o celular na mão e se pergunta:

Onde está meu celular?

Isso já aconteceu com você? Na verdade isso já deve ter acontecido com quase todas as pessoas do mundo. Trata-se de hipnose. Você está tão focado em alguma tarefa naquele momento que esquece completamente que está segurando seu celular e acredita de verdade que você não sabe onde o celular está.

Quando você compartilha essas histórias, você gera conexão com as pessoas. Elas se identificam com os fenômenos hipnóticos e ficam mais abertas. Elas percebem que a hipnose está presente na vida delas o tempo inteiro, mesmo não sabendo que tudo o que elas vivenciaram era de fato um fenômeno da hipnose. Elas se sentem mais seguras e confortáveis para darem continuidade.

Se você seguir o pre-talk exatamente como eu ensinei agora, não existe a possibilidade de dar errado. Afinal, 100% das pessoas são hipnotizáveis. Em algum momento da vida, todas elas já passaram por estas experiências mesmo sem saber.

5 CONTRATO HIPNÓTICO

CONTRATO HIPNÓTICO

Você agora está a um passo de começar a hipnotizar qualquer pessoa em qualquer lugar e para que isso aconteça, logo após o pre-talk, você precisa fazer u*m "contrato hipnótico*" com a pessoa que quer passar pela experiência. Esse é um contrato verbal necessário para que ambos se comprometam a seguir o acordo.

E quais os termos deste contrato hipnótico?

Quando você começar a explicar os termos deste contrato, é necessário que você explique que da sua parte você vai se comprometer em gerar uma experiência incrível para a pessoa, de forma íntegra e respeitosa, não ferindo nenhum valor ético e moral. Essas palavras são necessárias para que haja confiança da pessoa que vai ser hipnotizada com a pessoa que vai fazer a hipnose.

A pessoa que vai ser hipnotizada só precisa se comprometer com dois termos neste contrato, ela precisa **QUERER** passar pela experiência e **SEGUIR AS INSTRUÇÕES** do hipnólogo. Se a pessoa **QUER** e **SEGUE** as suas instruções, a chance de falhar na hipnose é quase nula.

Quando você começa a falar sobre o *"contrato"* ,é importante que a pessoa leve a sério essa parte, que não é uma brincadeira. Ela tem que entender que a hipnose só acontece se ela cumprir a parte dela durante o processo. Muitas pessoas gostam de sair dizendo que não conseguiram ser hipnotizadas ou que ninguém consegue hipnotizá-las. O motivo disso é que essas pessoas não seguiram as instruções ou não estavam querendo de fato. Poderia ser algum tipo de medo ou receio, mas que nós, bons hipnotistas, precisamos eliminar no pre-talk.

6
CONVINCER

CONVINCER

Assim que feita a explicação e o contrato, temos a parte dos exercícios de concentração que chamamos de convincer. É uma das partes importantes do processo que eu faço antes dos vídeos. Nos tópicos anteriores eu disse que para a hipnose acontecer, a sugestão tem de passar pelo fator crítico e ir diretamente no subconsciente. Mas para que isso aconteça de forma eficiente, fazemos alguns testes ou exercícios de concentração para que a pessoa entre mais profundo no processo.

Chamamos estes testes de convincer. Usamos alguns mecanismos fisiológicos para simular uma hipnose completamente verdadeira, pois dessa forma a pessoa que quer ser hipnotizada elimina todos os bloqueios ou dúvidas. Eu digo completamente verdadeira, porque no início, os fenômenos acontecem por causa da fisiologia.

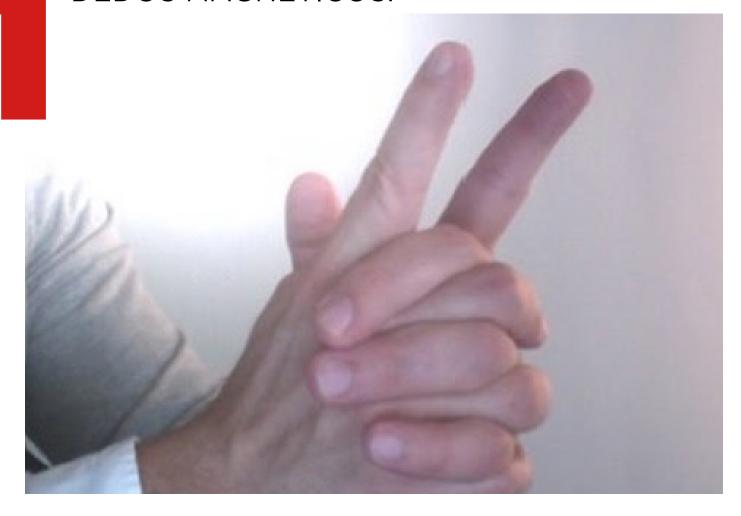
É exatamente o que a palavra diz, convencer. A pessoa que faz os exercícios, se convence cada vez mais que a hipnose está acontecendo aos poucos e vai se *"entregando"* ao processo.

Aqui eu vou detalhar para vocês quais são os três convincers que eu uso em TODAS as minhas rotinas de hipnose. Antes de eu falar quais são eles, é muito importante observar que logo após o contrato hipnótico, você tem de avisar o sujeito que você fará alguns exercícios de concentração. Entretanto, não pode parecer que é algo como uma prova que ela tem de passar com certeza. Você diz que são teste Ssimples para medir a concentração da pessoa naquele momento.

Quando você fizer esses exercícios, você vai notar alguns indicativos que a pessoa quer mesmo passar pela experiência e está seguindo as instruções. O motivo é bem simples. Como citado anteriormente, o convincer tem ajuda da parte fisiológica do corpo, não depende da hipnose para acontecer. Sabendo disso, no momento que você está conduzindo os convincers, consegue diferenciar as pessoas que estão concentradas, seguindos as instruções, das que não estão afim de participar de fato.

Assim que você termina os exercícios de concentração, o subconsciente da pessoa já está pronto e apto a passar pela experiência da hipnose mais profunda.

VAMOS PARA OS CONVINCERS:

DEDOS MAGNÉTICOS:

A pessoa pode estar na posição sentada ou em pé. O objetivo deste exercício é que os dois dedos indicadores se juntem como se fossem atraídos um contra o outro por dois ímãs poderosos. Lembre-se que, neste caso especificamente, apenas as pessoas que resistem e não querem passar pela experiência falham, pois os dedos juntando nesta posição é um fenômeno fisiológico e não depende de hipnose para que aconteça.

Você começa pedindo para que a pessoa junte as mãos, como mostrado na foto, mas ainda com os dedos indicadores fechados. Eles só irão abrir os dedos quando você instruir. Em seguida, você diz para eles seguirem as instruções, seguindo o contrato que vocês fizeram.

Neste momento, você dá a seguinte instrução:

"E agora, quando eu contar até três, somente quando eu contar até o número três, abra os dedos, feche os olhos e imagine o que eu falo".

A frase anterior foi só um aviso do que está para acontecer. Fique atento para que a pessoa não comece a fazer estas ações sem antes você contar até três, que foi o combinado. Dizendo essas pré instruções, você gera uma expectativa grande na pessoa, sobre o que está para acontecer.

Na hipnose, gerar expectativa é importante. Por isso, seja muito claro nas instruções a seguir.

Depois do aviso, você vai contar de três até um e dizer a seguinte frase, observando a ação e reação da pessoa.

"Abra os dedos, feche os olhos. Isso, agora imagina que os dedos são dois ímãs. Lembra da sensação de brincar com ímãs e você começa a sentir essa energia entre os dedos. Eles vão se atraindo cada vez mais. Quanto mais você sente essa energia, maior forte fica essa atração e eles vão juntando. Quanto mais você ouve minha voz, mais imagina, mais estes ímãs vão grudando, juntado. Vou contar de cinco até um, e a cada contagem os ímãs ficam mais fortes e os dedos vão juntado. Cinco... e você sente essa energia de atração. Quatro... muito bem. Três, agora são os ímãs mais fortes do mundo. Dois... cada vez mais grudados. Um... olhos abertos".

Essa é a forma exata que faço este primeiro convincer. O que você tem de observar de importante é a velocidade que os dedos se juntam. Tem gente que no primeiro segundo já junta os dedos, e existe também gente que vai bem devagar. O importante neste teste é identificar se a pessoa está seguindo ou não as instruções, porque é impossível os dedos não juntarem devido a parte fisiológica.

Mesmo que os dedos se juntem e a pessoa diga que não sentiu nada, aproveite todas as evidências como convincer. Diga para ela observar como os dedos estão mais próximos. Convença-a de que o teste deu certo e que ele está indo bem. Sempre elogie a pessoa com frases como "você foi muito bem", "você é mega concentrado", ou "é exatamente isso que precisa acontecer".

Como eu disse, se a pessoa está disposta, não existem chances desse convincer falhar. Caso a pessoa insista que não sentiu nada, passe para o próximo dizendo que são somente exercícios de concentração.

2 MÃOS COLADAS

O segundo convincer que eu gosto e uso muito quando eu vou fazer os exercícios são as mãos coladas . Logo na sequência dos dedos magnéticos eu já vou explicando o que a pessoa precisa fazer para participar do segundo exercício.

Eu lembro mais uma vez do nosso contrato e mostro exatamente como vai ser a posição dessa atividade, onde os braços tem de ficar esticados na altura do ombro (como demonstrado na foto acima) e os dedos devem estar entrelaçados com a palma das mãos para fora.

Nesta parte eu também falo para o sujeito somente fazer a ação quando eu contar de três até um, para ver se ele realmente está seguindo minhas instruções.

Então finalmente conto de três até um e peço para que a pessoa junte as mãos e estique os braços. Logo após isso, dou a instrução para que ela feche os olhos e imagine tudo que eu falo.

O texto que você vai dizer é o seguinte:

"Imagina que vamos despejar uma super cola em cima dos seus dedos. Sente e imagina a cola escorrendo nos dedos e secando, porque você sabe que a super cola seca muito rápido. Vou contar de dez até um e a cola vai secar, colando suas mãos. Dez... imagine que essa cola já secou porque ela é muito rápida e forte. Nove… a cola vai esquentando sua mão, oito, e você sente os dedos esquentando por causa da cola (parte fisiológica), sete, ISSO, VOCÊ ESTÁ INDO MUITO BEM (elogio), seis, imagina agora uma fita isolante dando voltas nos dedos e pulsos enquanto eu falo. Cinco, a cola já

secou, a mão está completamente grudada. Quatro, isso, imagina essa cola seca, a fita dando voltas enquanto falo. Três, as mãos estão completamente grudadas, e quanto mais força você fizer daqui a pouco, mais difícil e impossível. Dois, as mãos colaram, com a super cola e a fita. E um, AINDA DE OLHOS FECHADOS, TENTA separar as mãos NESTA POSIÇÃO, e quanto mais força você faz, mais difícil e impossível".

É este o texto que eu uso para o segundo convincer. Enquanto a pessoa está tentando separar as mãos, você pode continuar dizendo frases para reforçar, como: "isso, quanto mais você tenta, menos você consegue. Quanto mais ouve minha voz, mais difícil e impossível".

Quando você perceber que a pessoa não consegue separar as mãos, pode pedir para ela abrir os olhos, mas reforçando a seguinte frase: "AINDA COLADO, de olhos abertos".

Assim que ela abrir os olhos, você pode pedir pra ela continuar tentando. Depois de duas ou três tentativas, você diz pra ela, olhando nos olhos, que quando você tocar nas mãos dela, a cola desaparece e as mãos desgrudam. E simplesmente toque na mão dela, fazendo com que eles se separem.

Mas Pyong, e se as mãos dela se separarem?
Você pode dizer que ela foi bem e sempre se mostrar muito seguro do que está fazendo. Lembre-se, os convincers são exercícios para

medir o nível de concentração e predisposição da pessoa que vai ser hipnotizada. E se não der muito certo, somente pergunte se ela sentiu alguma resistência, mesmo que seja uma resistência quase insignificante. Se ela disser que sim, você diz que ela foi bem e que era exatamente isso o esperado.

Elogie os mínimos detalhes, aproveite todas as situações. Se ela disser que sentiu uma coceira nos braços, nas mãos, diga que ela foi bem e que ela é mega concentrada, para que ela continue engajada no processo.

Agora temos o último exercício, onde podemos identificar em qual nível de concentração a pessoa está, ou qual é a pré disposição dela em participar ativamente do processo.

É o teste da mão colada na cabeça. Depois que a pessoa consegue passar por este último efeito, podemos ter a certeza de que ela entrará profundamente na hipnose, pois esse exercício é totalmente hipnose. Como assim?

Não existe fator fisiológico que ajude no teste como nos dois anteriores. Se a pessoa colar a mão na cabeça, sendo que não existe cola, é porque você atravessou o fator crítico dela e instalou uma sugestão no subconsciente permitida por ela.

Em shows de palco que eu realizo, faço todos estes testes com todos os espectadores. Depois do terceiro exercício, eu escolho somente pessoas que colaram a mão na cabeça, pois é um forte indicador que ela é muito concentrada e vai chegar no nível mais profundo de hipnose rapidamente. O nível mais profundo é a capacidade de alucinar visualmente, enxergando coisas que não existem, alterando a realidade ou apagando algo que já existe (alucinação negativa).

3 MÃO COLADA NA CABEÇA

Após os dois primeiros testes irem bem, você continua elogiando o nível de concentração da pessoa e avisa que este é o último exercício. Diga que ela foi muito bem até agora e que é só continuar **QUERENDO** e **SEGUINDO AS INSTRUÇÕES** para passar pela melhor experiência da vida dela.

Peça para a pessoa colocar uma das mãos para frente com a face para cima, e com a outra mão, imaginar que é um pincel e está passando a mesma cola do teste anterior na mão aberta para cima.

Neste exercício a pessoa pode simplesmente copiar você enquanto você dá as instruções.

O que eu digo durante esse teste é:
"Isso, continua passando a cola na sua mão, como se fosse um pincel. Sua mão agora está cheia de cola. Só que esta super cola é muito mais forte e rápida que a última. Agora pode parar de passar (peça para abaixar a mão que representa o pincel). Pega a mão cheia de cola e coloca na cabeça. Isso. Segura a cabeça e fecha os olhos. Agora quero que você imagine o seguinte, que essa cola já está secando, porque ela é mais rápida que a última. Vou contar de cinco até um, e a mão vai ficar completamente colada na sua cabeça. Cinco... a mão já está colada e você sente a mão esquentando.

Quatro, agora imagina que seu corpo e cabeça são ímãs gigantes atraindo sua mão para baixo. Você sente sua mão pesando cada vez mais. Três, a mão já está colada e sendo puxada pra baixo pelo ímã. Dois, você está indo muito bem e a cola já secou. As mãos estão completamente coladas e quanto mais força você fizer para cima daqui a pouco, mais difícil e impossível levantar. Um, **AINDA DE OLHOS FECHADOS**, tenta levantar a mão, e quanto mais você tenta, menos você consegue. Ela vai pesando cada vez mais e ficando super colada".

Quando você perceber que a pessoa fez força e não conseguiu descolar a mão da cabeça, peça para ela abrir os olhos **COM A MÃO AINDA COLADA.** A seguir, você diz que vai encostar na mão dela e que a cola vai sumir junto com o ímã. E assim, ela separa a mão da cabeça.

Lembrando que, se a pessoa não colar a mão na cabeça, não tem problema. Isso não quer dizer que a pessoa não possa ser hipnotizada. E fique atento, porque se ela fizer o mínimo de força ou esforço para levantar a mão da cabeça, pode ter certeza que já rolou a hipnose aí, mesmo que de leve.

Se a pessoa não passou em nenhum teste, tudo bem também. Isso quer dizer que este sujeito especificamente, vai demorar mais para entrar em uma hipnose profunda, que é o que queremos. Quando tiver várias opções de pessoas e for fazer uma demonstração, sempre escolha as pessoas que colaram a mão na cabeça. Estas vão alucinar facilmente, conseguindo passar por todas as sugestões que elas quiserem.

7 TRANSE HIPNÓTICO & INDUÇÃO

TRANSE HIPNÓTICO & INDUÇÃO

O transe se refere a uma alteração de consciência, uma transição de estado mental que pode acontecer de forma natural ou ser provocada por métodos diversos. Deriva-se do latim transire, isto é, transitar, cruzar, entre outros sinônimos. Todos os dias nós passamos por diversos estados de consciência e em algumas vezes nem nos damos conta de que isso está acontecendo.

Durante o estado de transe, a pessoa não está inconsciente, pode ocorrer uma inibição sensorial ao ambiente em que está ou um alto nível de concentração em algo específico, tirando toda sua atenção daquilo que a rodeia.

No transe podemos identificar alguns fenômenos que comprovam o seu acontecimento e irei falar de alguns deles agora.

INIBIÇÃO SENSORIAL: a mente consciente fica em repouso. A consciência fica isolada em algum ponto, perdendo sua sensibilidade ao que está em volta.

CONCENTRAÇÃO ELEVADA: apesar da semelhança com o item acima, aqui a concentração e foco ficam direcionados a um ponto específico, facilitando diversos fenômenos hipnóticos.

ALTA SUGESTIONABILIDADE: quando a pessoa se permite estar em transe, ocorre naturalmente uma diminuição da vontade própria. A iniciativa por parte da pessoa em transe deixa de existir, facilitando a condução do processo hipnótico através de sugestões por parte do hipnotista.

Esse é o estado que queremos que nosso voluntário se encontre, um estado de relaxamento, foco e concentração, onde a barreira do fator crítico é ultrapassada ao ponto de que todas as sugestões entrem diretamente no subconsciente.

Antes de passar para a parte de indução, quero que você saiba identificar as respostas fisiológicas que o voluntário costuma demonstrar ao entrar em transe, que te servirão como feedback para conduzir o processo com excelência.

Primeiramente, as pálpebras começam a trepidar (tremer), seja de um lado para o outro, ou de cima para baixo. Pode ocorrer aumento da lacrimação, os olhos ficam avermelhados na parte da esclera, ocorre variação na temperatura corporal e é muito provável que os olhos girem para cima.

Sabendo disso, você consegue perceber se está indo pelo caminho certo.

Agora eu quero que você preste muita atenção nessa parte. Todos os detalhes são de extrema importância para você ter sucesso ao realizar a hipnose. E não se esqueça que TODAS as pessoas do mundo são hipnotizáveis.

Existem algumas formas para você colocar alguém em transe. Eu vou ensinar a indução que eu mais uso. Com ela, você conseguirá colocar qualquer pessoa em transe de forma instantânea e eficiente.

O nome dessa indução chama-se *"Hand Drop".*

Além do foco e concentração que a pessoa precisa para entrar no estado de transe, a indução hand drop possui o elemento de quebra de padrão. Trata-se de um elemento surpresa em que a pessoa não espera acontecer. Quando combinamos esses elementos e acrescentamos a palavra **"DURMA",** o objetivo é que a pessoa entre no estado de transe instantaneamente.

Peça para a pessoa ficar completamente relaxada e seguir as instruções.

A primeira coisa é pedir para ela apoiar a mão dela sobre a sua com todos os dedos esticados. Sua palma virada para cima e a dela para baixo. Peça para a pessoa pressionar a mão para baixo com toda sua força. Nesse momento você fará o movimento inverso impedindo que ela empurre sua mão. Solicite ao sujeito para que mantenha a mão pressionada contra a sua. Enquanto ela empurra para baixo, peça para que ela fixe o olhar entre suas sobrancelhas (se a pessoa estiver em pé junto com você). Caso ela esteja sentada, peça para fixar os olhos dela no seu queixo. Ao seguir essa instrução, avise-a que você fará uma contagem regressiva do três ao um e ao chegar no um, ela fechará os olhos e entrará em transe profundo completamente relaxada (aqui você está gerando expectativa e isso é um grande diferencial para a eficiência da indução). Comece a contar 3... 2... 1... e rapidamente, retire sua mão de baixo da mão do sujeito dizendo bem alto e firma a palavra "**DURMA**", e ao fazer isto, você está quebrando um padrão, gerando um "**choque**" (algo inesperado) e inserindo uma sugestão. Ela entrará em transe, porém é fundamental que você prossiga com o aprofundamento, caso contrário, existem grandes chances da pessoa emergir do transe alguns segundos depois.

8
APROFUNDAMENTO

APROFUNDAMENTO

O objetivo do aprofundamento é intensificar o estado do transe, diminuir ainda mais a atividade do fator crítico para que as sugestões acessem com facilidade o subconsciente e retirar qualquer possibilidade da pessoa sair do estado hipnótico de forma espontânea.

Neste momento, é muito interessante você utilizar com frequência a palavra "*profundo*". O subconsciente interpreta essa sugestão levando a pessoa para um estado de transe mais intenso. Como se a pessoa, a cada sugestão dessa, entrasse para dentro de si e se desligasse completamente do ambiente ao seu redor.

Existem diversas formas de aprofundamento após a indução. Eu citarei algumas aqui:

""Vou contar de 10 até 1 e a cada número que eu falar você irá ainda mais profundo... 10... mais profundo... 9... ainda mais profundo...8... muito mais profundo... e 7... completamente profundo e focado apenas na minha voz (continue até o 1)".

*"A partir de agora... cada vez que você expirar, soltar o ar para fora... você irá ainda mais profundo... *expirou* e mais profundo... *expirou* muito profundo...".*

Eu particularmente gosto de fazer a pessoa imaginar que está descendo uma grande e confortável escada e a cada número que eu contar ela desce um degrau. Começando no dez e terminando no um. O que vale aqui é ela usar a imaginação para construir uma ideia de aprofundamento. Use sua criatividade!

LEMBRE-SE que o aprofundamento deve vir logo em seguida da indução hipnótica!

9 SUGESTÕES HIPNÓTICAS

SUGESTÕES HIPNÓTICAS

SUGESTÕES HIPNÓTICAS

Esta parte da hipnose é o que os meus alunos do curso presencial mais esperam. Tudo que expliquei nesse ebook é a parte que não mostro nos meus vídeos, mas que eu sempre falo no começo dos vídeos que existe todo um processo antes da filmagem.

Se você fez o passo a passo e chegou até aqui, não tem segredo. Tudo que eu faço nos meus vídeos você também consegue. Agora antes de falar alguns exemplos de sugestões que eu uso, vou ensinar a *"Super Sugestão"*, logo depois que você aprofundar o transe da pessoa. Você pode repetir essa super sugestão três ou mais vezes. É sempre bom deixar tudo muito claro para o subconsciente, já que ela é uma parte da mente que é super literal.

Você vai dizer o seguinte após o aprofundamento:
"A partir de agora, tudo que eu falo se torna verdade absoluta, não porque eu quero, mas porque você pode, porque você quer. Porque sua mente é incrível e pode tudo. Ela consegue reproduzir todas as sugestões que quiser e passar pela experiência que quiser".

Repita isso pelo menos duas vezes.

Logo depois de terminar essa frase, gosto de colocar mais uma sugestão, para facilitar todo o processo depois.

"E a partir de agora, toda vez que eu disser a palavra DURMA, independente do que eu fizer, quando eu disser a palavra DURMA, você volta a este estado de relaxamento, se sentindo ótimo e se sentindo bem".

Também repito essa frase pelo menos duas vezes.

Agora toda a sugestão que você der para essa pessoa e ela quiser aceitar, se torna verdade. Isso é incrível, porque você consegue mudar a realidade dela e entregar uma experiência única para ela.

Uma observação importante que faço sempre é que cada mente humana é diferente. Existe uma **IDENTIDADE HIPNÓTICA** de cada pessoa. Isso quer dizer que todos temos reações diferentes para sugestões iguais. Ou sugestões diferentes e reações iguais. Não existe uma regra, pois depende da interpretação do subconsciente.

A mente tende a ser literal, ou seja, ela leva tudo ao pé da letra. Então sempre dê sugestões de forma completa para que a experiência seja agradável.

Quando começo a dar sugestões para a pessoa, gosto de fazer nível por nível. Isso quer dizer que há sugestões mais fáceis de serem reproduzidas e outras mais difíceis. Amnésia é o efeito hipnótico que eu começo usando. Depois vou para emoções, mudança de nome, sinestesia, mãos coladas etc. Depois de várias sugestões mais *"fáceis"* para o subconsciente, eu pulo para as alucinações positiva e negativa.

Então na prática, vou detalhar como eu dou a primeira sugestão de todas, logo após a super sugestão e a segunda sugestão sobre o "durma".

Para fazer a pessoa esquecer seu nome ou ele ficar bloqueado sem conseguir falar, você pode usar a seguinte imaginação:

"Agora eu quero que você imagine um quadro branco na sua frente (pode pedir para ela balançar a cabeça sempre que terminar uma ação). Pegue uma caneta da cor que você quiser. Escreva seu nome e sobrenome nesse quadro branco. Isso. Quando terminar de escrever balance a cabeça. Agora solte a caneta e pegue o apagador. Quero que você apague tudo que está na lousa, deixando seu nome ir embora. Você esquece seu nome e sobrenome. Vai apagando e quando terminar pode balançar a cabeça. Isso, agora quando eu contar de três até um, o quadro branco desaparece completamente. Três, dois, um, ***SE SENTINDO ÓTIMO E SE SENTINDO BEM****, olhos abertos"*

Assim que ela abrir os olhos, faça algumas perguntas do tipo *"está se sentindo*

bem? relaxou?”, *“qual é a sensação?”*, desviando a atenção dela sobre a sugestão dada. Pode perguntar quanto é dois mais dois, ou qual é o nome da mãe da pessoa. Não importa, somente desvie a atenção por alguns segundos. Logo após isso, pergunte qual o nome dela.

Se tudo deu certo até aqui, ela não se lembrará do nome ou não conseguirá falar. É uma experiência super divertida.

Caso ela fale o nome normalmente, pergunte se ela seguiu as instruções e se ela pensou no nome depois que apagou da lousa. Geralmente, as pessoas que lembram do nome é porque repetiram o nome delas, sem seguir as instruções de apagar. Faça novamente a sugestão pedindo para que ela siga exatamente suas instruções.

Na hipnose, para dar as sugestões, não existe um limite ou regra de texto. Você pode usar sua **CRIATIVIDADE** para criar suas sugestões, imaginações, efeitos. Por exemplo, outra forma que uso para as pessoas esquecerem o nome é para imaginar o nome escrito na areia da praia. Logo depois eu peço para imaginar que as ondas estão passando por cima, apagando o nome.

Não existe limite para você criar seu jeito e estilo. Seja livre.

Agora você vai começar a assistir meus vídeos de forma diferente. Veja as sugestões que eu faço e comece a criar as suas. Assista novamente meus vídeos de hipnose e faça uma análise dos detalhes.

Eu sempre uso essa sequência de sugestões até a pessoa alucinar:

1. ***Convincer***
2. ***Amnésia - esquecer o nome, esquecer um número***
3. ***Novas informações - trocar nome ou informações***
4. ***Emoções e sensações - rir, chorar, medo, alegria***
5. ***Alucinação - Ver uma pessoa querida, um artista, fazer sumir objetos, ver coisas que não existem naquele momento.***

VÍDEOS COM EXEMPLOS

10 EMERGIR

EMERGIR

Ao terminar o processo de hipnose, você tem a responsabilidade de que a pessoa saia do transe se sentindo extremamente bem e satisfeita com a experiência. Preste muita atenção nessa etapa, porque algumas pessoas podem voltar com um pouco de dor de cabeça ou com uma sugestão ainda instalada em seu subconsciente. E nós não queremos isso, certo?

Com a pessoa em transe você irá seguir esse roteiro:

"A partir de agora, todas as sugestões vão embora. Farei uma contagem de 1 até 5, no 5 você abrirá os olhos se sentindo muito bem, cheia de energia e muito melhor do que estava quando chegou aqui: 1... O relaxamento começa deixar o seu corpo; 2.... Uma energia ativa todo seu corpo fazendo você se sentir extremamente bem; 3... Respire fundo, enchendo os pulmões de ar, se sentindo a pessoa mais incrível do mundo; 4... Seu corpo se sente ótimo, a respiração está perfeita, você sente seu corpo completamente revigorado e sua mente totalmente renovada; 5... olhos abertos... se sentindo fantástica, animada e cheia de energia. Como você se sente?"

*Imagem retirada da internet

É muito importante inserir essa etapa ao final de todo o processo de hipnose. Use as suas palavras, mas faça com que a pessoa se sinta muito melhor do que quando chegou.

Agora você sabe exatamente o que eu faço para hipnotizar qualquer pessoa. O passo a passo que uso em todas as pessoas que já apareceram em meus vídeos do YouTube. Não existe mágica. É prática e muita dedicação.

11 SEGURANÇA, MORAL E ÉTICA

SEGURANÇA, MORAL E ÉTICA

Ser um hipnotista traz grandes responsabilidades. Durante a hipnose, a segurança do sujeito hipnotizado é sua responsabilidade. **SOMENTE SUA**. A pessoa está confiando em você, portanto seja atencioso e cuidadoso. Demonstre sua preocupação. Mostrar que está preocupado com a segurança da pessoa facilita o processo, além de ser ético e moral. Não crie fenômenos que poderiam perturbar a saúde física ou mental, como quebras de padrões agressivas ou alucinações agonizantes, assustadoras ou comprometedoras. Sempre o oriente em como ele se sentirá em cada sugestão.

Evite sugestões de movimentos com o voluntário de olhos fechados. Sugestione que ele sempre ficará equilibrado antes de realizar qualquer indução para que ele não perca a sustentação das pernas durante a quebra de padrão.

Evite hipnotizar pessoas alcoolizadas ou que fizeram uso de entorpecentes, e também pessoas com problemas cardíacos ou mentais. Apesar de não haver evidências que o transe hipnótico pode afetar negativamente qualquer pessoa, saudável ou não, caso essa pessoa tenha qualquer problema, mesmo dias depois, você poderá ser apontado como culpado. Sempre retire todas as sugestões ao final do processo e certifique-se que o voluntário está bem antes de dispensá-lo. Preste atenção no ambiente que você irá começar a hipnose.

Agora você tem todas os segredos necessários para hipnotizar qualquer pessoa como eu faço nos meus vídeos. A última e melhor dica que eu posso dar é: **PRATIQUE**. Somente a prática faz com que melhoremos e tenhamos cada vez mais confiança. Desejo que você faça uso incrível dessa ciência e ferramenta que pode abençoar muitas vidas. Deus te abençoe.